



جامعة الموصل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

فاعلية برنامج التدخل المعرفي السلوكي في تنمية الالتزام الرياضي لدى اللاعبين في بعض الألعاب الفرعية

رامي مخلف حيران الفيوني

رسالة ماجستير

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

الأستاذة المساعدة الدكتورة

نغم خالد نجيب الخفاف

٢٠٢١ م

١٤٤٣ هـ

ملخص الرسالة

فاعلية برنامج التدخل المعرفي السلوكي في تنمية الالتزام الرياضي لدى اللاعبين في بعض الألعاب الفرقية

المشرف	الباحث
أ.م.د. نغم خالد نجيب الخفاف	رامي مخلف حيران الفيوني
٢٠٢١ م	١٤٤٣ هـ

هدف البحث الى:

- اعداد مقياس الالتزام الرياضي لدى اللاعبين في بعض الألعاب الفرقية.
 - بناء برنامج التدخل المعرفي السلوكي في تنمية الالتزام الرياضي لدى اللاعبين في بعض الألعاب الفرقية.
 - الكشف عن اثر برنامج المعرفي السلوكي المعرفي في تنمية الالتزام الرياضي لدى اللاعبين في بعض الألعاب الفرقية بين الاختبارين القبلي والبعدي للالتزام الرياضي للمجموعة التجريبية .
 - الكشف عن اثر استخدام برنامج التدخل المعرفي السلوكي في تنمية الالتزام الرياضي بين الاختبارين القبلي والبعدي للالتزام الرياضي للمجموعة الضابطة .
 - الكشف عن اثر استخدام برنامج التدخل المعرفي السلوكي في تنمية الالتزام الرياضي في الاختبار البعدي للالتزام الرياضي لدى اللاعبين بين المجموعتين التجريبية والضابطة.
- واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث، اذ بلغت عينة البحث (٣٠٠) لاعبا كعينة للبحث منهم عينة الثبات البالغ عددهم (٤٠) لاعبا، و(١٥) لاعبا لأغراض التجربة الاستطلاعية، اما عينة التمييز بلغت (١٢٠) لاعبا، اما تجربة البحث الرئيسية (٢٨) لاعبا تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (١٤) لاعبا لكل مجموعة بالطريقة العشوائية، وتم اعداد مقياس الالتزام الرياضي بعد تطبيق المعاملات العلمية الاحصائية، وقد تم تطبيق برنامج التدخل المعرفي السلوكي من اجل تنمية الالتزام الرياضي لدى أفراد المجموعة التجريبية، في حين لم تخضع المجموعة الضابطة للبرنامج المذكور، وقد تم تحقيق التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (العمر الزمني والعمر التدريبي)، وجرى تطبيق البرنامج التدريبي النفسي على المجموعة التجريبية بواقع (٢) جلستين أسبوعياً، وبزمن قدره (٤٥) دقيقة للجلسة الواحدة، واستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) للحصول على (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط لبيرسون، ومعادلة سبيرمان- براون، اختبار(ت)، ومربع كأي، والنسبة المئوية، والمتوسط الفرضي).

توصل الباحث الى :-

- فاعلية برنامج التدخل المعرفي السلوكي في تنمية الالتزام الرياضي لدى اللاعبين في بعض الألعاب الفرقية.

- يؤثر برنامج التدخل المعرفي السلوكي في تنمية الالتزام الرياضي لدى اللاعبين للمجموعة التجريبية على وفق الفقرات التي تضمنها البرنامج عند تطبيقه والذي أدى إلى ارتفاع الالتزام الرياضي.

- إن للفنيات والاستراتيجيات والانشطة التي تضمنها برنامج التدخل النفسي كان له اثراً واضحاً في تعزيز الالتزام الرياضي لدى اللاعبين.

- تفوقت أفراد المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مقياس الالتزام الرياضي في الاختبارات البعدية.

وأوصى الباحث بما يأتي:

- تطبيق برنامج التدخل المعرفي السلوكي على فئات عمرية مختلفة ولكلا الجنسين.

- مشاركة الهيئات والمؤسسات الرياضية الموجودة في القطاع الرياضي بدورات توعية حول برامج التدخل السلوكي المعرفي للرياضيين.

- قيام اساتذة وخبراء في مجال علم النفس الرياضي من كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بإعطاء خبراتهم ومعارفهم للمدربين العاملين في الاندية الرياضية والالعاب المختلفة .

- تطبيق برامج التدخل المعرفي السلوكي وبرامج نفسية اخرى تسهم في بناء قاعدة مستقبلية وفق اسس ومعايير علمية تناسب اللاعبين والاندية الرياضية في العراق.

- الافادة من سمات الإيجابية في بحوث اخرى من خلال اقامت دورات ارشادية

University of Mosul
College of Physical Education
and Sports Sciences



**The effectiveness of the cognitive behavioral intervention
program in developing the sport commitment of the
players in some team games**

Ramy Mikhlef Hairan Alfeuony

Master Thesis

Science in Physical Education and Sports Sciences

Supervised by:

Assistant. Prof

Dr. Nagham Khalid Najeeb Al-Khafaf

2021 A.D.

1443 A.H

Abstract

The aim of the study is to:

- Prepare a measure of sports commitment among players in some team games.
- construct a cognitive -behavioral intervention program in developing the sports commitment of players in some team games.
- Detect the effect of the cognitive-behavioral intervention program in developing the sports commitment of the players in some team games between the pre-test and post-tests of the sports commitment of the experimental group.
- Detect the effect of using the cognitive-behavioral intervention program in developing sports commitment between the pre-test and post-tests of sports commitment for the control group.
- Detect the effect of using the cognitive-behavioral intervention program in developing sports commitment in the post-test of sports commitment among players between the experimental and control groups.

The researcher used the experimental method for its relevance and the nature of the research, as the research sample amounted to (300), including (40) players for the stability sample, and (15) players for the purposes of the exploratory experiment, while the discrimination sample amounted to (120) players, and the main research experiment had (28) players who were randomly divided into two groups, experimental and control, with (14) players for each group, and a measure of sports commitment was prepared after applying scientific statistical tools. The control group was subject to the aforementioned program, and parity was achieved between the experimental and control groups in the variables (chronological age and training age). The psychological training program was applied to the experimental group at a rate of (2) sessions per week, with a time of (45) minutes per session, and the researcher used the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) to obtain (arithmetic mean, standard deviation, Pearson simple correlation coefficient, Spearman-Brown equation, T-test, Chi-Square, percentage, and hypothetical mean).

The researcher concluded the following:

- The effectiveness of a cognitive-behavioral intervention program in developing the sports commitment of players in some team games
- The cognitive-behavioral intervention program affects the development of sports among the players of the experimental group according to the paragraphs included in the program commitment, which led to a high sports commitment.
- The techniques, strategies and activities included in the Cognitive Behavioral Intervention Program had a clear impact on enhancing the sports commitment of the players.
- The experimental group outperformed the control group in measuring athletic commitment in the post tests.

The researcher recommended the following:

- Applying the cognitive-behavioral intervention program to different age groups and both sexes.
- Involve all bodies and institutions in the sports sector in awareness sessions about cognitive behavioral intervention programs for athletes.
- Professors and experts in the field of sports psychology from the faculties of physical education and sports sciences provide their expertise and knowledge to coaches working in sports clubs and various games.
- Implementation of cognitive-behavioral intervention programs and other psychological programs that contribute to building a future base in accordance with the appropriate scientific foundations and standards for players and sports clubs in Iraq.
- Benefit from the positive features in other research through the establishment of extension courses.